

Reisen nach Transplantation:

Unsere Tipps zu Reisen finden Sie im Newsletter Juli 2023

https://www.mhh.de/fileadmin/mhh/pneumologie/downloads/pdf/archiv/mhh_ltx_newsletter_2023_07.pdf. Noch einmal eine kurze Zusammenfassung: Der Asthmonitor und Medikamente (inklusive Vorrat für eine Woche) gehören ins Handgepäck, das Reiseziel sollten Sie gut auswählen (Kriterien sind das Gesundheitssystem vor Ort, hygienische Bedingungen, ideal ist ein vorhandenes Transplantationszentrum), Auslands-Krankenversicherung abschließen (Krankentransporte müssen im Vertrag als „medizinisch sinnvoll“ geregelt sein).

Schmerzmittel nach Transplantation (gut – geht so – schlecht) nach Transplantation stellen viele Transplantierte vor neue Herausforderungen. **Paracetamol** ist bei Schmerzen nach einer Organtransplantation meist gut geeignet, da es nur wenige relevante Wechselwirkungen mit den Immunsuppressiva wie Tacrolimus oder Ciclosporin hat; dabei sollten jedoch die Leberfunktion und die empfohlene Tageshöchst-dosis (max 4g pro Tag) beachtet werden. **Metamizol** sollte mit Vorsicht eingesetzt werden, das Medikament wenn möglich kontinuierlich und unter wöchentlichen Spiegelkontrollen eingenommen werden, da es den Tacrolimus-Spiegel absenken kann, außerdem unter Blutbildkontrollen da es eine Verminderung der weißen Blutkörperchen (sog. Agranulozytose) verursachen kann. Entzündungshemmende Schmerzmittel sog. nichtsteroidale Antiphlogistika (NSAR) wie **Ibuprofen**, **Diclofenac** oder **Naproxen** sollen nach LTx ganz vermieden werden, da sie zusammen mit Calcineurin-Hemmern (meist Tacrolimus) die Nieren zusätzlich belasten können. Wir möchten darauf hinweisen, dass Metamizol (Novalgin®) nicht bei Bedarf eingenommen werden darf. Am sichersten ist Paracetamol. Nach einer Lungentransplantation sollte bei einer notwendigen Opioidtherapie besonders auf Wechselwirkungen mit den immunsuppressiven Medikamenten geachtet werden. Die Indikation bei Nicht-Tumorschmerzen stellen wir sehr kritisch aufgrund von Wechselwirkungen und Suchtpotenzia. **Tilidin**, **Buprenorphin**, **Fentanyl** und **Oxycodon** werden über den Zytochromstoffwechsel beeinflusst und können aufgrund der Immunsuppressiva dadurch stärker wirken, wobei auch Fentanyl Pflaster vermieden werden sollte. **Morphin**, **Hydromorphon** (Palladon®) und **Tapentadol** (Palexia®) gelten hinsichtlich der Wechselwirkungen als unbedenklich.

Haustiere: Aus Transplantationsmedizinischer Sicht spricht nichts gegen den Besitz von Haustieren. Was Sie dabei aber beachten sollten:

- Regelmäßige tierärztliche Kontrollen mit Impfungen, Entwurmungen und Untersuchung auf Parasiten (auch bei reinen Wohnungstieren).
- Hygiene: Nach jedem Tierkontakt Hände waschen (oder desinfizieren). Tiere nicht küssen, sich nicht ablecken lassen, nicht im Bett schlafen lassen. Decken/Bettzeug der Tiere wöchentlich bei $\geq 60^\circ\text{C}$ waschen; Näpfe täglich reinigen.
- Kontakt zu Kot/Exkrementen vermeiden: Katzenklo, Vogelkäfige, Aquarien, Ställe usw. möglichst von anderen Personen reinigen lassen
- Keine Streuner/fremde Tiere anfassen; Bisse und Kratzer vermeiden (bei Verletzungen rasch ärztliche Behandlung).
- Tierfutter: Kein rohes Fleisch, separat von eigenen Lebensmitteln lagern.

Vitalograph-asma 1: Es gibt eine neu erstellte Anleitung für das Gerät für die Heim Spirometrie („Asthmonitor“) der Firma Vitalograph, die Anleitung finden Sie unter <https://www.mhh.de/fileadmin/mhh/pneumologie/downloads/pdf/AM1-Anleitung.pdf>. Geräte der Firma MIR (zB Spirobank smart) können automatisch die Lungenfunktionswerte an unsere App (links siehe unten) übertragen, stehen aber leider nicht auf der Hilfsmittelliste zur Erstattung durch die Krankenkassen. Das können Sie nachlesen in unserem Newsletter (https://www.mhh.de/fileadmin/mhh/pneumologie/downloads/pdf/archiv/mhh_ltx_newsletter_2025_12.pdf).

Für Nutzer der App und bei irreparablen Heimspirometer („Asthma-Monitor“) haben wir ein Schreiben vorbereitet zur Vorlage bei der Krankenkasse, dass ausnahmsweise die Kosten für ein solches Gerät übernommen werden.

Mit herzlichem Dank an Herrn G. aus P. und unsere neue Bundesfreiwillige.



Ein Wort in eigener Sache:

Liebe Patientinnen und Patienten, nach etwas mehr als drei Jahren in der Lungentransplantationsambulanz fällt mir der Abschied von Ihnen nicht leicht. In dieser Zeit durfte ich viele von Ihnen kennenlernen, Ihre Geschichten begleiten und Sie in schönen, aber auch schwierigen Momenten unterstützen. Für Ihr Vertrauen und die vielen schönen Begegnungen möchte ich mich von Herzen bedanken.

Ab Oktober werde ich Medizin studieren und damit einen großen Traum verwirklichen. Gleichzeitig verabschiede ich mich von Menschen, die mir sehr ans Herz gewachsen sind. Lilly Hoffmann aus der Bronchoskopie wird künftig meine Aufgaben übernehmen. Ich bin überzeugt, dass Sie bei ihr in guten Händen sind. Auch Frau Bianca Rink und Frau Belen Canabal García bleiben Ihnen als Ansprechpartnerinnen erhalten. Ich wünsche Ihnen von Herzen alles Gute, dass Ihre Transplantate lange und zuverlässig funktionieren und Sie viele schöne Momente erleben dürfen.

Danke, dass ich Sie ein Stück auf Ihrem Weg begleiten durfte. Vielleicht begegnen wir uns ja irgendwann wieder. ♥

Ihre
Sophie Zimmermann



Links:

Informationen zum **SMS-Service**:

https://www.mhh.de/fileadmin/mhh/pneumologie/downloads/pdf/Patienteninformation_SMS_Service.pdf

Anmeldung zum **SMS-Service**: <https://www.mhh.de/pneumologie/ambulanzen/ltx-sms-service-anmeldung>.

Muster des **Tagebuchs**: https://www.mhh.de/fileadmin/mhh/pneumologie/downloads/pdf/mhh_ltx_tagebuch.pdf.

Link zu unserer App:

Android:

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mhh.spirometry_application&pcampaignid=web_share

iOS: <https://apps.apple.com/de/app/breath-teleSpirometry/id6743709551>

Anmeldung zum **Newsletter**: <https://www.mhh.de/pneumologie/ambulanzen/newsletter-anmeldung-ltx>

Anleitung Heimspirometer Asma1: https://www.mhh.de/fileadmin/mhh/pneumologie/downloads/pdf/archiv/mhh_ltx_newsletter_2025_12.pdf